தமிழ்
மருத்துவப் பொழில்
திங்கள் வெளியீடு.

மலர் 1	ஜூலை, 1941	இதழ் 6

தாய்களையும் குழந்தைகளையும் பேணுதல்.

IV

கர்ப்பிணிகளின் உணவு:—

கடினமாகச் சீரணமாவதும், *மாந்தம், கரப்பான் இவைகளை யுண்டாக்குவதும், அதிக உப்பு, உறைப்பு, (மசாலை) வெப்பமுள்ளதும், மதுபானம், மாமிசம் ஆகிய உணவுப் பொருள்களை நீக்க வேண்டும். கரு சிதைவை யுண்டாக்கக் கூடியதும், மல மூத்திரங்களைக் கட்டக்கூடியதுமான பொருள்களை அறவே ஒழிக்கவேண்டும். பட்டினி கிடப்பது கூடாது. நல்ல பசுப்பால், மோர், நெய், பச்சைக்காய் கறிகள், கீரைகள், நல்ல கனிகள், முட்டைகள் இவைகளை (பொது விதிப்படி) காலக்கிரமத்தில் உண்ணவேண்டும். சம்பா அரிசி, கோதுமை, துவரை, பயறு இவைகளும் உடலுக்கு ஆம். சிறுநீரைப்பெருக்கக்கூடிய உணவுகளைக் கொள்வது நன்று. இதனால் உடல் வீக்கம் வராது. இருப்பின் குறையும்.

உடை :—காலதேசத்தை அநுசரித்து ஈரமில்லாத சுத்தமான ஆடைகளைத் தளர்ச்சியாக அணியவேண்டும். இறுக்கிக் கட்டுதல் கூடாது.

---

* சருகூறியநீர், எருமைப்பால், எருமையின் புளித்த மோர், வாழைப்பழம், மாம்பழம், தேங்காய், இளநீர், கடலை, வெல்லம், மொச்சை, பருப்பு, பருப்புருண்டை, மாப்பொருள், பாகல், வாளை, கெளிற்றி, கெண்டை, பன்றிகள், சோளம், கம்பு, வரகு, நிலக்கடலை.

தூக்கம் :—முதுவேனிற் காலத்தில் சிறிது நேரம் தவிர மற்ற காலங்களில் பகல் நித்திரை செய்யக் கூடாது. இரவில் அதிக நேரம் உறங்குவது நன்று. ஓதமுள்ள இடங்களிலும் கரடுமேடான இடங்களிலும், குளிர்ச்சியான காற்று அதிகமாய் வீசும்படியான இடங்களிலும் படுத்தல், மல்லாந்து படுத்தல் கூடா. தூங்கும்போது திடீரென்று எழுந்திருப்பதும், இரவில் கண்விழித்தலும் ஆகா. கிராணம் (சூரிய சந்திர கிராணங்கள்) பிடிக்கும்போது கர்ப்பமாதர்கள் அசைவின்றிப் படுத்திருக்க வேண்டும். இங்ஙனம் இராது வேலை முதலியன செய்யின் பிறக்கும் குழந்தை உறுப்புப்பழுதாய் இருக்குமெனக் கூறப்படுகிறது.

புணர்ச்சி :—கருப்பவதிகளுக்கு அதிக புணர்ச்சி கூடாது. சூதகம் கிரமமாக வருவதாயின் அது தோன்றக்கூடிய காலங்களிலும், ஏழாம் மாதத்திலிருந்தும் புணர்ச்சியை முற்றும் ஒழிக்கவேண்டும்.

ஸ்நானம் :—தினந்தோறும் ஸ்நானஞ் செய்து உடலைச் சுத்தமாக வைத்துக்கொள்ளவேண்டும். இளஞ்சூடான நீரை உபயோகிப்பது நன்று.

மலமும் நீரும் :—இவைகளைத் தினமும் கிரமமாகக் கழிக்க வேண்டும். மலம் கழியா விட்டால் தலைவலி, வயிறுப்புசம் முதலிய துன்பங்கள் உண்டாம். மலக்கட்டை ஒழிக்க வாளம், கரியபோளம், போன்ற கடும்பேதிகளை உபயோகிக்கலாகாது. * இலகு பேதியைத்தரக்கூடிய சிற்றாமணக்குநெய், குல்கந்து இவைகளில் ஒன்றை உபயோகிக்கலாம். இப்படி பிரத்தியேகமாகச் சிகிச்சை செய்வதைவிட, சீக்கிரத்தில் சீரணிக்கக்கூடிய பொருள்களையும், கீரைகள் வெண்ணெய் முதலியவற்றையும் உணவில் சேர்த்துக்கொள்வதே மிக நன்று. இப்படியே நீர்க்கட்டை நீக்குவதற்கும் பார்லிகஞ்சியை உணவாக உபயோகிக்க வேண்டும். நீர்க்கட்டு அதிகப்படின் வீக்கம் வலிப்பு முதலியவை தோன்றி வருத்தும். கொடுமையான சிறுநீர் பெருக்கிகளைக் கொடுக்கக்கூடாது. கருச்சிதைவு ஏற்படக்கூடும்.

தொழில் :—கனத்த சுமை எடுத்தல், கடுமையான வேலைகளைச் செய்தல், அதிர்ச்சி உண்டாகும்படி நடத்தல், வாகனங்கள் ஏறுதல், வண்டிகளில் ஏறி வெகுதூரம் பிரயாணஞ் செய்தல், கடினமான ஆசனத்தில் அமருதல், தீவிரமான தேகப்பயிற்சி செய்தல் கூடா. ஒரு வேலையும் செய்யாது வீட்டிலிருப்பதும் நன்றன்று இதனால் அசீரணமுண்டாம். பிள்ளைப்பேறும் கஷ்டமாம். ஆகையால் வீட்டு வேலைகளைச் செய்வதும், குறுநடை கொள்வதும் அவசியமாம்.

---

* பாவனபஞ்சாங்குலத்தயிலத்தை முறைப்படி உபயோகித்துவா இஃது அவசியமில்லை.

எப்போதும் இவர்கள் மனக்களிப்புடனிருக்க வேண்டும். இவர்களுக்கு மனவருத்தம், கோபம், பயம் முதலியவற்றை உண்டாக்கக் கூடிய காரியங்களை ஒருவரும் செய்யக்கூடாது. அதிக பயத்தால் கரு அழியக்கூடும். நித்திரையில் திடீரென்று எழுப்புவதும் கூடாது. துக்கம், பயம் இவைகளைக் கொடுக்கக் கூடிய காட்சிகளையும் பார்க்கக் கூடாது. நல்ல அழகான காட்சிகளையும், உத்தமர் உத்தமிகளின் கதைகளையும் கேட்டும், வாசித்தும் வரலாம். இதனால் பிறக்கும் பிள்ளையும் உத்தமமாக இருக்கும். இவர்கள் ஆசைகளை நிறைவேற்ற வேண்டும். அப்படி செய்தால் குற்றமில்லாக் குழந்தைகள் பிறக்கும். இன்றேல் அவ்வாசை எந்தப் புலனைப்பற்றியதோ, அப்புலன் குழந்தையினிடம் குற்றமடையும் என்று கூறுகின்றனர்.

பழைமையும், புதுமையும்.

(28-ம் பக்கத் தொடர்ச்சி)

இப்பொழுது பலர் படுக்கையினின்று எழுந்திருப்பதற்கு முன்பே காப்பி அல்லது டீயை அருந்துகின்றனர். இதனால் உடலுக்குக் கெடுதியே யுண்டாகிறது. பழக்கத்தை யொட்டி நீர் அல்லது நிசித் தண்ணீரை அதிகாலையில் துயிலினின்று நீங்கியவுடன், அருந்த மலச் சிக்கல் ஒழியும். பண்டைக்காலத்தில் உணவுப்பொருள்களாகக் கையாண்டுவந்த அரிசிகழுவு நீர், (சோற்று) காடி இவைகளை எவரும் இப்பொழுது கையாளுவதில்லை. இவைகளை ஒழித்துக் துன்பப் பட்டப் பிறகு* ஈஸ்ட் (Yeast) என்னும் பொருளை நாடுகின்றனர். இது அறியாமையன்றோ?

ஆந்திரர்களும், தமிழர்களும், புளி மிளகாய்களை உபயோகிப்பதால் இரத்தம் கெட்டு வன்மை யற்றவர்களாயிருக்கின்றனர் எனப் பலர் கருதுகின்றனர். இது முற்றும் உண்மையல்ல. புதுப்புளியால் புத்தி மந்தப்படும், உடல் ஊதும், உடலில் வாதம் ஏறும், நரை திரைகள் சீக்கிரம் தோன்றும், பத்தியத்திற்கு உதவாது, சந்நி, சுரங்கள் அதிகப்படுமென்றும், பழையபுளியைக் கையாண்டால் "தீதில் பழம் புளியைச் சேர்க்கத் திரிதோடம் வாதமொடு சூலைகபம் மாறுங்காண்— ஓதுசுரஞ், சர்த்தியென்ற தோடம் இவை சாந்தமாங் கண்ணேய்போம் பித்தமென்ற பேரொழியும் பேசு." எனப் பல நோய்களும் போம்

---

* ஈஸ்டி (Yeast) லுள்ள (சத்துகள்) வைடமின்கள் காடியிலுமுள.

என்றும் கூறப்பட்டுள்ளது. அன்றியும் * புளி சிறிதிட்டுக் காய்களைச் சமைக்க அவைகளிலுள்ள வைட்டமின்கள் பாதுகாக்கப் படுகின்றன வெனவும், சோடாமா சோக்க அவ்வைட்டமின்கள் பழுதாகின்றன வெனவும் தற்கால ஆராய்ச்சியினுலும் தெரிகிறது. ஆயினும் போகம் விளைக்கும் கீரைகளைப் புளியிட்டுச் சமைக்க அவற்றின் குணம் மாறுவதால் அவற்றை நெய் விட்டு வதக்கி உண்ணவேண்டுமென்றும் பழைய நூல் கூறுகின்றது.

காரத்தின் பொருட்டு அநேகர் மிளகாயையே கையாளுகின்றனர். ஒவ்வொரு உணவுப்பொருளிலும் நற்குணங்களும், தீக்குணங்களு மிருப்பதுபோலமிளகாயிலும் சிலநற்குணங்களும், தீக்குணங்களுமுள. தீயபொருள்களை எதிரிடைக் குணமுள்ள பொருள்களுடன் சேர்த்து நல்ல பொருள்களுடன் கலந்து உண்ணவேண்டுமென † விதி இருப்பதால், இம்மிளகாயையும் ‡ கொத்துமல்லியுடன் சேர்த்து உபயோகிக்கலாம் அநேகமாகத் துவையல் அல்லது 'சட்டினி' ரூபமாகத் தான் மிளகாய் உட்கொள்ளப்படுகிறது. தக்க பச்சை மிளகாயைப்

பெயர்.	கரோடின். Carotene, International Vitamin A units per 100 gms.	Vitamins.	
		B 2.	C. mgs. per. 100 gms.
பச்சை மிளகாய்.	454	,,	111·0
உலர்ந்த ,,	576	,,	51·2
பச்சைக்கொத்துமல்லி	12,630	+ +	135·2
கரிவேப்பிலை	12,600	+ + (அதிகம்)	4·2

* The addition of washing soda (strong alkali) to cooking water, for the preservation of colour or to facilitate cooking, tends to promote vitamin destruction. Conversely, a highly acid substance like tamarind has, when added to cooking water, a preservative effect.

Health Bulletin No. 23.

† எல்லாக் கறிகளுமே யெல்லுக்காம் அல்லுக்காம்
எல்லாக் கறிகளுமெல் லார்க்குமாம்—பொல்லாக்
கறிகளுக்குச் சத்துருக லந்தமைத்து நன்றுங்
கறிகளுக்குள் வைத்தருந்துங் கால்.

‡ பச்சை மிளகாயாயிருந்தால் பச்சைக் கொத்துமல்லியையும் உலர்ந்த மிளகாயாயிருந்தால் தனியாவையும் சேர்க்கலாம்.

*புளிப்புச் சுவையுள்ள புளியாரை, புளிச்சக்கீரை இவைகளிலொன்றுடன் சேர்த்து எண்ணெ யிட்டுச் சற்று வதக்கி தக்க கொத்தமல்லிக் கீரை கருவேப்பிலை உப்புச்சேர்த்து அரைத்துப் பிறகு தாளித்து மறுபடியும் சிறிது அரைத்து எடுத்துக்கொள்ளலாம். இத்துவையலிலுள்ள பொதுப்பொருள்களாகிய பச்சை மிளகாய், கொத்தமல்லிக் கீரை, கருவேப்பிலைகளிலுள்ளச் சத்துக்களை மேற்காணும் பட்டியில் காண்க.

அவைகளில் எவ்வளவு சத்துகள் நிறைந்திருக்கின்றன! வைட்டமின் C. யைப் பெறும் பொருட்டு ஆரஞ்சு ஆப்பில் முதலிய கனிகளை யுண்ணவேண்டும் என்று கூறும் பெரியோர்கள் இத்துவையலைக் கையாளும்படி சொல்லக்கூடாதா? ஏழைகளுக்கு மிக்க உதவியாக இருக்குமல்லவா? பொருள்களை ஐந்து நிமிஷங்களுக்கு மேல் வதக்குவதாலும், வேகவைப்பதாலும், அவற்றிலுள்ள வைட்டமின் C அழியுமென உணரப்படுகிறது. துவையலுக்காக வதக்கும்போது—ஐந்து நிமிஷங்களுக்குமேல் வதக்கப்படாததால்—இஃது அழிவதற்கு வழியில்லை.

இங்ஙனம் பெரியோர்களின் பழக்கங்களைத் தற்கால ஆராய்ச்சியின் வழி சோதித்தபோதிலும் அவை சிறந்தவைகளாகவும் குறைந்த செலவினவாகவும் காண்கின்றன. தற்கால இரசாயன முதலிய கல்வியை (Science) உணராத நம் பெரியோர்கள் பல சத்துகளுள்ள பொருள்களைத் தேர்ந்து எடுத்து—சத்துகள் பழுதுபடாவண்ணம்—தக்கவாறு பாகஞ் செய்து கையாண்டது சிலருக்கு அதி வியப்பைத் தரும். ஆனால் அவர்களை மகா அறிவாளிகளென்றும், அநுபவசாலிகளென்றும் கருதும் நமக்கு அது வியப்பாக விராது.

அவர்களது இதர பழக்கங்களையும் நன்றாய் ஆராயின் அவற்றின் மேன்மை நன்கு புலனாகும். இதில் சற்றும் ஐயமில்லை. ஆகையால் அப்பழக்கங்களை யுணர்ந்து யாவரும் கையாளவேண்டும்.

---

* புளிப்பா மிலைத்துவையல் போக்கும் பித்தத்தைப்
புளிப்பா லமைதுவையல் பொல்லா—புளிப்பில்
வெறுந்துவைய னன்றதற்கு மிக்கவுறைப் பிட்ட
நறுந்துவைய னன்றினு நன்று.

கஸ்தூரி

Dr. R. தியாகராஜன், L. I. M.

இப்பொருள், மார்க்கம், மார்ச்சாரி மான்மதம், நாபி, மிருகநாபி என்னும் வேறுபெயர்களினுலும், கஸ்தூரி என்று பிறமொழிகளிலும் வழங்கப்படுகிறது. இப்பெயர் பொதுவாகக் கஸ்தூரிமணமுள்ள தாவர சங்கமப் பொருள்களையும் சிறப்பாக (திபெத், ஆசாம், காஷ்மீரம், இமயமலே, சீனு, ரஷ்யா இவ்விடங்களில் அதிகமாய் வசிக்கின்ற) கஸ் தூரிமானின் ஆண்குறிமலருக்கும் மேல் தோலுக்கும் இடையே உண்டாம் கழிவுப்பொருளையே குறிக்கும். பெண் மானைக் கவர்ச்சித்தற் பொருட்டு வலிமையும், இளமையும் உடைய ஆண்மானுக்கு குளிர் காலத்திலே உற்பத்தியாகின்றது. இக்கழிவுப்பொருள் ஒரு மெல்லிய தோலால் மூடப்பட்டிருக்கும். ஒருமானினின்று முக்கால் முதல் ஒன் றரைப் பலம்வரை கிடைக்கும். இதன் மணம் நெடுந்தூரம் பரவும் தன் மையை உடையது, ஆதலினுல் வேட்டையாடும்பொழுது வேடர்கள் இம்மணத்தால் நரம்புத்தளர்ச்சி யடைந்தும் கண்ணெளி,காதோசை குன்றியும் வருந்துகின்றனர். மான் குளிர்காலம் கழிந்தவுடன் காற் குளம்பினுல் பையை உதைத்துக் கீழே கஸ்தூரியைச் சிந்த வைக்கின் றது. இதுகிடைத்தலரிது. ஆனுல் சிறந்தது. பல ஜீவ ராசிகளினுடைய கழிவுப்பொருளும் பலதாவரவர்க்கமும் இதன் மணத்தைப்பெற்றிருக் கின்றன. இவைகளின் உதவியால் செயற்கைக் கஸ்தூரி செய்து வாசனைச்சாமான்களுக்கு உபயோகிக்கின்றனர். தேவையின் பொருட் டால் உலர்ந்த குருதி, கல்லீரல், மொச்சை, கோதுமை, பார்லி யரிசி இவைகளை கஸ்தூரியுடன் கலக்கின்றனர். நிற்க,

இதைச்சோதிக்கப் பலசோதனைகள் உள (1) சில குன்றியெடை கஸ்தூரியை நீரிலிட்டுக் கரையாதிருந்தால் உண்மைப்பொருளென்றும் கரைந்தால் கலப்பென்றும றியலாம். (2) சில குன்றியெடையை நெருப் பிலிட உருகி குமிழிட்டால் உண்மைச் சரக்கென்றும், உருகாது கரிந்து உருக்குப் போலானுல் கலப்பென்றுமறியலாம். (3) உண்மைக் கஸ்தூரி யைப் புதைத்துவைத்தெடுத்தாலும் மணம்மாருது. (4) உண்மைக் கஸ் தூரி ஸ்பரிசத்திற்கு மிருதுவாகவும், நெய்ப்பாகவும் இருக்கும். (5) ஒரு நூல் கயிற்றை பெருங்காயத்திலிட்டு இழுத்துப் பிறகு கஸ்தூரியிலிட்டு இழுக்க பெருங் காயத்தின் மணமிருந்தால் போலிச் சரக்கென்று தள்ளவும். இச்சோதனையைப் பாஞ்சாலத்தில் கையாளு கின்றனர். எங்கள் அனுபவமும் இஃதே. (6) இது சாதாரணமாய்ப் பழுப்புடன்கூடிய கறுப்பு நிறத்தைப் பெற்றிருக்கும். மற்றும் கஸ் தூரியில் ஐவகை யுண்டென்பதும் அவற்றின் நிறம் உருவமுதலியன கூறப்பட்டிருத்தலும் கீழ்க்கண்ட செய்யுளினுலறியலாம்.

கத்தூரி யைந்தாங் கரிகை திலதை குளுந்தை
கைத்தபிண்ட கைநாய கைமுறையே—மொய்த்தசிவப்
பெள்ளு கொள்ளுகட்டி சிறிதுபரு மங்களென
விள்ளு மிவைக்கேகும் வினை.

வடநூல்களிலே காம்ரூபா, நேபாலி, காஷ்மீரி என்று மூன்று வகைகள் குறிப்பிடப்பட்டிருக்கின்றன. காம்ரூபா, திபெத், சைனாவி லிருந்து காம்ரூபா என்னும் ஊரின் வழியாக வருகின்ற சரக்கைக் குறிப்பதாகவும் அது சிறந்ததென்றும் கூறுகின்றனர். நிற்க,

இதன் உபயோகத்தை ஆராய்வாம். இது கைப்புச்சுவையையும் வெப்ப வீரியத்தையும் உடையதென்பது யாவருமறிந்ததே. இதற்கு (1) வெப்புண்டாக்கி, (2) பலகாரி, (3) இசிவகற்றிச் செய்கையுண் டென்று ஆராய்ச்சியாளர் கூறுவர் - இதன் குணத்தைக் கீழ்க்கண்ட செய்யுளினால் அறியலாம். இதைமுதல் இரண்டு செய்கைகளுடன் ஒப்பு நோக்குக. "சொல்லரும் வசியங்காந்தி சுகமுதல் அணுகும் பின்னும், மெல்லியார் தமக்கு நாதம் விர்த்தியாம் தலைநோயேகும், பல்லுறுகபமுந்தீரும் பகரொணுப் பலமும் உண்டாம், மல்லடர்சந்நி ருட்சை மாறுங் கஸ்தூரிக் கென்னே." இதுவுமன்றிப் பிதற்றல், கப வாதம், சுவாசரோகம், வலிப்புகளுக்கும் சிறந்ததென்பதைக் கீழ்க் கண்ட மேற்கோளினாலறிந்து மூன்றாவது செய்கையுடன் ஒப்பு நோக்குக.

* * * ...பித்தன்

மையலாசனத்தடைப்பு வலிபிழுப்புகரப் பீடை
ஐயவாதச் சூர்குண்டலாமுத் தோடத்தயர்வும் போமே"

மற்றும், பிள்ளைப்பிணிகளாகிய மாந்தம், கணம் முதலியவற்றிற் கும் மாறல் சுரத்திற்கும் நாட்பட்ட சுரத்திற்கும் சிறந்ததென்பதை,

"பிள்ளைப்பிணிக்குப் பேராகத் தான்கொடுக்க
உள்ளநோய் போகும் ஓதக்கேள்—கள்ள

மாந்தவயி றுப்புசமும் வடிவாய் இளந்தேகம்
சோர்ந்து கிடக்கும் சுழிமாந்தம்—காந்தும்
நாவரட்சிக் கணமும் நளிர்காய்ச்சலுங் குளிரும்—மேவும்
தூவி இரத்த தொந்த சுரம்

முக்குக் கணமும் முதிர்பால் கிறிச்சிரமும்
பக்கியின் தோஷம் பழங்காய்ச்சல்—அக்கணமே
இத்தனை நோய்யெல்லாம் இருப்பிடத்தை விட்டுவிட்டு
கத்திவிழுந் தோடுங் காண்...

(தொடரும்)

குறிப்புகள்

ஆற்று நீரின் குணம் :—

"சேற்றுநீர்ப் பாசிசுக்கான் சீதஞ் சாருப்பக்
காற்றுநீ ரன்றேறி கால்குள் த்து—மாற்றுநீர்
ஊற்றுநீ ரென்கினுநோ யோட்டு மருதநிலத்
தாற்றுநீர் கிர்த்துகத்திற் காம்"

தே-தைலம்

In the light of our knowledge of bacteriophage the purifying effect of river waters known to Indians from the time immemorial, has been explained.

Page 547 : Antiseptic Vol 38, No. 7.

* * *

சாணியிட்டு மெழுகுதலின் குணம் :—

யாகசாலை யைப்பொருத வான்மெழுக்கிட் டச்சலந்தூய்
பாகசாலை யைப்புனிதம் பண்.

தே-தைலம்

Spreading of cowdung to purify house floors widely practised in India is also now considered to be a method for disseminating becteriophage in the house.

Page 547 Antiseptic Vol. 38, No. 7.

* * *

தாம்பூலம் தரிக்கும் விதம் :—

"பாசிலை சுருட்டுபு கறித்துப் பல்லினைத்
தேசிகம் படத்துடைத் துமிழ்ந்து தேங்கமழ்
வாசவ்வாய் கொண்டனன் மணிசெய் குண்டலம்
வீசிவில் விலங்கிவிட் டுமிழவென்பவே"

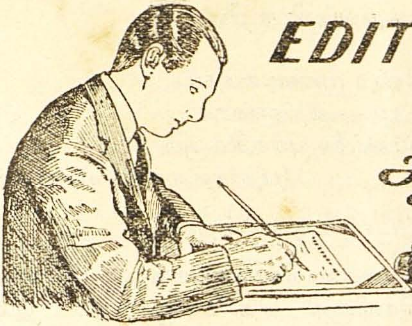
வெற்றிலையைச் சுருட்டிக் கறித்து (கடித்து)—அதிற்குறையாலே பல்லினை ஒளியுண்டாகத் துடைத்து, அதனையுமிழ்ந்து பின்பு வெற்றிலையைத் தின்றான் என்க"

தேசு—தேசிகமெனத்திரிந்தது.

1480 சீவ. சிந்.

வெற்றிலை முன்னம் வெறும்பாக்கை வாயிலிட்டாற்
குற்றமுறு முறவோர் கூட்டம்போம்—வெற்றிலையை
முன்னிட்டுப் பாக்கருந்து மூதறிவோர் தம்மார்பின்
மன்னிட்டு வாழும்பூ மாது.

—ப. சிந்தாமணி.



EDITORIAL NOTES.

ஆசிரியர் குறிப்புகள்

அகில இந்திய சித்த வைத்திய இரண்டாவது மகாநாடு

சித்த வைத்திய மகாநாடு ஜூலை மாதம் 19-ந்தேதி நடைபெறும் என்று ஒரு மாதத்திற்கு முன்பே அறிவித்திருந்தபோதிலும் சிலரே அம்மாநாட்டுக்கு வந்திருந்தது மிகவும் வருந்தத்தக்கதே. இது நம் தமிழர்களின் ஒத்துழையாமையைக் காட்டுகிறது. இங்ஙனம் இருந்தால் நம் மருத்துவமோ, மற்றக்கலைகளோ, அல்லது நம் நாகரீகமோ ஓங்குவதற்கு வழி எங்ஙனம் ஏற்படும்?

நிற்க வரவேற்புக் கமிட்டித் தலைவர் திரு. மே. மாசிலாமணி முதலியார், அவரது சொற்பொழிவில் கொய்னாவைப்பற்றியும், வேப்ப மரத்தைப் பற்றியுமே விளக்கினார்கள். இந்த கொய்னாவானது சின்கோனாப் (Chinchona) பட்டையிலிருந்து தயாரிக்கப்படுகிறது. நாம் அறிந்தவரையில் இப்பட்டை முதல் முதல் அமரிக்காவிலிருந்த (Red Indians) சிவப்பு இந்தியர்கள் மூலமாக இதன் உபயோகத்தை அறிந்து பிறகு ஐரோப்பா முதலிய நாடுகளுக்கு எடுத்துச் சென்றதாகத் தெரியவருகின்றது. பிறகு பல ஆராய்ச்சிகள் செய்து கொய்னாவைத் தயாரித்தனர். இச்செடிகள் ஏராளமாக அரசாங்கத்தாரின் ஆதரவில் இப்பொழுது நீலகிரியில் பயிரிடப் படுகின்றன.

சித்த நூல்களிலோ, மற்ற வைத்திய நூல்களிலோ விஷ சுரத்தைப் பற்றியும், அதற்குத் தக்க மருந்துகளைப் பற்றியும் கூறப்படவில்லை என்று கூறுவது தவறாகும். விஷசுரம், குளிர்சுரம், மலைச்சுரம், முறைக்காய்ச்சல் என்பன ஒரு பொருளின. மலைப் பிரதேசங்களிலுள்ளவர்களுக்கு இச்சுரம் அதிகமாகக் காணுவதால் மலைச்சுரம் என்றும்; குளிர் தோன்றிப் பிறகு சுரம் தோன்றுவதால் குளிர்ச்சுரம் என்றும்; விட்டுவிட்டு முறைப்படி வருவதால் முறைக்காய்ச்சல் என்றும் வழங்கப்படுகிறது. இச்சுரத்தில் வல்லைக்கட்டியும் இரத்த முரிவு முண்டாகும் என்று அறியப்படுகிறது. இதனைக் கீழ்க்குறிப்பிட்டுள்ள பாவால் அறியலாம்:

குறிஞ்சி வருநிலத்திற் கொற்ற முண்டிரத்தம்
உறிஞ்சி வருசுரமு முண்டாம்—அறிஞரைக்
கையமே தங்குதரத் தாமைவல்லை யுங்கதிக்கும்
ஐயமே தங்கு மறி. (பதார்த்தகுண சிந்தாமணி)

இதை மலேரியா என்று மேனாட்டார் கருதுகின்றனர்.

இம் மலேரியாச்சுரம் ஒருவகைக் கொசுக்கள் மூலமாகப் பரவுகிறது என்று பல ஆராய்ச்சிகளினால் தெரியவருகிறது. இதை உண்மையல்லவென்று மறுப்பது முற்றும் தவறாகும்.

இச் சுரத்திற்கு நிலவேம்பு, கௌரி, தாளகம், வெள்ளைப் பாஷாணம், முதலியவைகளைக் கொண்டு செய்யும்படியான மருந்துகளை உபயோகிக்கும்படி சித்தநூற்கள் கூறுகின்றன. இதனைக் குறிக்கப் பட்ட மேற்கோள்களாலறிக.

1. * * * ஜெகத்திலுள்ள மனிதருக்கு சுரத்துக்கெல்லாம்—பாரே நீசுக்குடைய கியாழந்தன்னில், பண்பாகக் குளிகையொன்று கொடுத்துப்பாரு—வீரேநீ மூன்று பகல் கொடுக்கும்போது, விதமான நால முறையின் சுரங்கள் போமே,

புலிப்பாணி 500.

2. தாளகம்.

தாளகத்தின் பேருரைக்கத் தாலுகவுள் நோய்குட்டம்
நீளக் குளிர்காய்ச்சல் நீடுகபம்—நாளகங்கொள்
துட்டப் பறங்கிப்புண் சூழமுழுகண் மண்டைநோய்
கிட்டப் படுமோ கிளத்து. (ப-கு.)

3. சுரத்திற்குப் பாஷாணக்குளிகை (அக. பரிபூரணம் 400)

4. குளிர்காய்ச்சலுக்குப் பாஷாண வுருண்டை (அக. வைத்திய காவியம் 1500)

இவைகளன்றி யின்னும் அநேக பரிகாரங்களையும் சித்த நூற்களில் பரக்கக் காணலாம்.

"தமிழ்வைத்தியம் தனித்து விளங்கவேண்டிய அவசியமில்லையென்றும், அதற்காகத் தனித்த அரசாங்கப் பாடசாலை வேண்டாமென்றும்" உஸ்மான் கமிட்டியைப் போலொத்தவர்கள் கூறினதாகக் கூறுவது அறியாமையின் பாற்படும். முதல் உஸ்மான் கமிட்டியின் சிபார்சினால்தான் அரசாங்க இந்திய மருத்துவ பாடசாலை அமைக்கப் பட்டது. இங்ஙனமிருக்க "சித்த வைத்தியத்தின் பெருமையையும் தத்துவத்தையும் அதனால் மக்களுக்கும் ஏற்பட்டிருந்த நன்மையையும் தெரிந்துகொள்ள ஆற்றலில்லாத உஸ்மான் கமிட்டி" யென்று சொல்வதும் அறியாமையாகும்.

இரண்டாவது உஸ்மான் கமிட்டியில் சஸ்திர சிகிச்சையைத் தவிர மற்ற பரிகார முறைகளைத் தமிழ் வைத்திய முறைப்படியே போதிக்கவேண்டுமென்று கூறினார்களே தவிர பாடசாலையை மூடும்படி கூறவில்லை. அவர்களைக் குறை கூறுவது நன்றியின்மையாகும். மகாநாட்டுத்தலைவர் உயர் திருவாளர், எஸ். முத்தையா முதலியார் அவர்களின் தலைமை யுரையைச் சுருக்கமாக மற்றோரிடத்தில் அச்சிட்டுள்ளோம், அவ்வுரை பாராட்டத்தக்கது.

அகில இந்திய சித்த வைத்திய இரண்டாவது மகாநாடு.

அகில இந்திய சித்த வைத்திய இரண்டாவது மகாநாடு நாளது மாதம் 19, 20-தேதிகளில் சென்னை சிந்தாதிரிப்பேட்டை ஹைஸ்கூலில் மாஜி மந்திரி உயர் திருவாளர் S. முத்தையா முதலியார் B. A. B. L. அவர்கள் தலைமையில் நடைபெற்றது. அப்பொழுது அவர் செய்த தலைமைப் பிரசங்கத்தில் :—

எந்தநாடு மிகப்பழமையானதோ, எந்த நாட்டில் கல்வியும் கலைகளும் அறிவும் நாகரீகமும் அதிகநாளாக இருந்து வருகிறதோ அந்நாட்டிலுள்ள வைத்தியகலையும் சிகிச்சை முறையும் சிறப்புற்றிருக்க வேண்டும். இக்கொள்கை இயற்கைக்கும் பொருந்தும் என்றும்,

மகாஞ்சதரோ பூமி வெட்டுச்சோதனையிலிருந்து 6000 வருடங்கட்கு முன்பே தமிழ் நாடு சிறந்த நாகரீகமடைந்திருந்ததென்றும் அது மற்ற நாடுகட்கும் பரவியிருக்கவேண்டுமென்றும் தெரிகிறது. மேற்சொல்லிய காரணங்களினால் இந்தியாவில் வழங்கி வந்த தமிழ் வைத்தியமாம் சித்த வைத்தியம் மிகவும் பழைமையானதென்று தெரிய வருகிறது என்றும்,

சித்த வைத்தியம் காயகல்பம், வாதம், நோய்நிதானம் பரிகாரம், முதலிய பயிற்சியோடு இரத்த வோட்டம், நரம்பு அமைப்பு முதலியவற்றின் அறிவோடு இரணவைத்தியத்திலும் திறமை அடைந்திருந்தது. சிறப்பாக நாடி ஒன்றையே கொண்டு எல்லா நோய்களையும் கணிக்கும் ஆற்றல் சித்த வைத்தியர்கள் பெற்றிருந்தார்கள் என்றும்,

இங்கிலீஷ் வைத்திய முறையிலும் தமிழ் வைத்திய முறையிலும் குறைபாடுகள் உளவென்றும் அவைகளைச் சரிப்படுத்திக் கொள்வதற்கு இரண்டு வைத்தியத்தையும் கலந்து படிக்கவேண்டு மென்றும்,

மேலும் நிலம், சீதோஷ்ணஸ்திதி, உடற்கூறு, பழக்க வழக்கங்கள், உண்டியுணவு, இவற்றிற்குத் தக்கவாறு மருத்துவமும் அமைய வேண்டுமாதலின், மேல் நாட்டில் அவர்களுடைய உடல் நிலை முதலியவற்றிற்குப் பொருத்தமாக செய்யப்பட்ட மருந்து நமக்கு உபயோகப்படாது என்பது அறியவேண்டும்; பிற மருத்து முறைகளில் கூறப்படாத பத்திய முறைகள் தமிழ் வைத்தியம் ஒன்றிற்கே சிறப்புடையதாகும் என்றும்,

மேனாட்டு வைத்திய முறையில் இறந்துபோன உடலைச் சோதித்துப் பார்த்து உயிர்நிலையில் அவற்றின் நிலைமையை யூகித்து நோய் விபரம் கூறுகிறார்கள். மேலும் அவர்கள் மருந்துகள் உடலில் வேலை செய்வதை நிதானிக்க நாய், பூனை, எலி முதலிய ஜந்துக்களில் தங்கள் பரீக்ஷையைச் செய்து கண்டுபிடிக்கிறார்கள். சடத்திற்கும் சைதன்யத்திற்கும் மத்தியில் ஏற்பட்டிருக்கும் ஏராளமான வித்தியாசத்தினாலும், ஐயறிவுபடைத்த மிருகங்கட்கும் ஆறறிவு படைத்த மனிதனுக்குமுள்ள வித்தியாசத்தினாலும் இவை பொருத்தமாகா வென்றும்,

நாம் உபயோகப்படுத்தும் அநேக சரக்குகளை மேனாட்டார் இங்கிருந்து கொண்டு போய்த் தங்கள் முறைப்படி சத்துப் பிரித்தோ, அல்லது சாராயம் சேர்த்தோ மருந்துகள் செய்து அனுப்புகிறார்கள். இவ்விதம் கையாளப்படும் மருந்துகளைவிட, நம் நாட்டில் இயற்கைக்கு ஒத்த முறையில் சத்துக்கள் கெடாதபடி செய்யப்படும் கஷாய சூரண லேகிய முறைகள் சிறந்தனவாகும். ஆகவே இவற்றை உபயோகித்தலே நலம். பணச் செலவும் குறையும் என்றும் கூறினார்கள்.

சென்னை மாகாண எல். ஐ. எம். விசேஷ மகாநாடு.

இம் மகாநாடு 27—7—'41 அன்று சென்னைப் புரசை ஸர். எம். சி. டி. முத்தைய செட்டியார் உயர்தர பாடசாலையில் நடையுற்றது. அது போழ்து உயர் திருவாளர். எஸ். முத்தையா முதலியார் அவர்கள் மகாநாட்டைத் திறந்து வைத்தார். டாக்டர் ராஜா தினகர் வரவேற்பு பத்திரம் வாசித்தார். பிறகு டாக்டர் டி. எல். காந்தா ராவ் தலைமை வகித்தார். தலைமையுரை முடிந்தபின், பின்றொடர்ந்து டாக்டர் ஏ. லக்ஷிமிபதி, டாக்டர். டாஜுடீன் சாயபு, டாக்டர் சுந்தரம் பிள்ளை முதலியோர் இந்திய மருத்துவ பாடசாலையின் அவசியத்தையும் முக்கியத்தையும் பற்றி பேசினார்கள்.

தலைமையுரையும் மற்றவர்களின் உரையும் அடுத்த இதழில் வரும்.

அகத்தியமுனிவர் அருளிச்செய்த

வைத்தியரத்தினச்சுருக்கம்

(முந்நூற்றறுபது)

✻

திருத்தியவர் :

அகத்தியர் பின்எண்பது, வீரமாமுனிவர் நசகாண்டம், குறுந்திரட்டு, புலிப்பாணி 500 என்னும் இவற்றின் உரையாளரும்

வானமெழுகின் ஆராய்ச்சியுரை யாளரும்

வடமொழி ஸத்வயித்தியஜீவனம் என்னும் நூலைத் தமிழில் மொழிபெயர்த்தவரும்

கவர்ன்மெண்ட் இண்டியன் மெடிகல் ஸ்கூல் டெக்ஸ்ட்புக் கமிட்டித் தலைவரும்

தமிழ்ப்பண்டிதரும், தமிழ் மருத்துவ பண்டிதருமாகிய

மாங்காடு - வடிவேலு முதலியார்.

✻

பதிப்பித்தவர் :

காரியக் கமிட்டியார் : சித்தமாணவர் கழகம்,

கவர்ன்மெண்ட் இந்திய மருத்துவ பாடசாலை

கீழ்ப்பாக்கம், மதராஸ்.

PRINTED AT
THE KESARI PRINTING WORKS,
MOUNT ROAD, MADRAS.

பொருளடக்கம்

அ - ஏ — பக்கம்.

அக்கினிமுக சூரணம் ... 27
அசுவகந்த சூரணம் ... 28
அசுவகந்த பலாலாட்சா தயிலம் ... 33
அப்பிரக செந்தூரம் ... 63
அயகாந்த செந்தூரம் ... 59
அர்த்த நாரீஸ்வரம் ... 12
ஆக்கிராணம் ... 56
ஆதொண்டைத் தயிலம் ... 41
இரச சிந்தாமணி ... 10
இரசபற்பம் ... 64
இரசாநந்த வயிரவம் ... 6
ஏலாதி சூரணம் ... 32

க - கோ

கண நெய் ... 49
கண்டங்கத்தரி லேகியம் ... 17
கண்டங்கத்தரி லேகியம் ... 22
கண்டங்கத்தரி நெய் ... 48
கண்டாத்ரி லேகியம் ... 15
கண்டாத்ரி சூரணம் ... 28
கண்டாவிடதம் ... 57
கபாட மாத்திரை ... 8
கபாட லேகியம் ... 23
கரப்பான் நெய் ... 50
கரிசாலை லேகியம் ... 14
கலிங்காதிகுடிநெய் ... 53
காந்த செந்தூரம் ... 59
காரீய செந்தூரம் ... 79
காளகண்ட மேக நாராயண செந்தூரம் ... 76
கீழ்வாய்நெல்லி தயிலம் ... 40
குமரி தயிலம் ... 35
கூஷ்பாண்ட லேகியம் ... 20
கூஷ்பாண்ட நெய் ... 46
கெந்தி செந்தூரம் ... 74
கொம்பரக்குத் தயிலம் ... 36
கோரோஜனை குளிகை 11

ச - சௌ

சஞ்சீவி சூரணம் ... 32
சந்தனாதி தயிலம் ... 38
சன்னிக்கு ஐங்குடி நெய் ... 42
சன்னி 13-க்கும் பெயர் ... 73
சரபுங்கவில்வாதி லேகியம் ... 21
சலோதராரிமணி ... 13
சித்தாநந்த பயிரவம் ... 6
சிந்தாதி லேகியம் ... 18
சுகசீதபேதி நெய் ... 55
சுயமக்கினி ... 7
சுயமக்னி (வேறு) ... 8
சூரணங்களின் தூய்மை ... 57
செந்தூரவைப்புக்குரு ... 58
சேத்மசுர குடிநீர் ... 72
சௌபாக்கிய சுண்டி ... 26

த - தோ

தங்க பற்பம் ... 68
தாம்பிர பற்பம் ... 67
தாளக பற்பம் ... 65
தாளிசபத்திரி சூரணம் ... 29
திப்பிலி ரசாயனம் ... 24
திராட்சாதி சூரணம் ... 27
திரிலோக செந்தூரம் ... 60
துருசுகுரு ... 64

தூதுவளை நெய் ... 47
தோஷம் 7-க்கும் பெயர் ... 73

ந - நி

நசியம் ... 57
நாகபற்பம் ... 66
நிலப்பனை நெய் ... 43
நிலவாகைச் சூரணம் ... 30

ப - போ

பஞ்சதீபாக்கினி லேகியம் ... 16
பஞ்சதீபாக்கினி சூரணம் 30
பஞ்சலோக செந்தூரம் ... 61
பவள பற்பம் ... 70
பழக்குடி நெய் ... 56
பித்தசுரக்குடிநீர் ... 71
பிருங்காமலக தயிலம் ... 37
புளியாரை நெய் ... 45
பூபதி திரட்டுக்கட்டு ... 9
பூமணி மாத்திரை ... 12
பூரண சந்திரோதயம் ... 80
பொன்னுங்காணிதயிலம் ... 40
பொன்னுங்காணி நெய் ... 44

ம - மே

மகாவில்வாதி லேகியம் ... 19
மண்டூர செந்தூரம் ... 62
மதுஸ்மிகி ரசாயனம் ... 25
மாந்த நெய் ... 51
மூல நெய் ... 53
மேகக்குடிநெய் ... 57

ர.

ரசலோக செந்தூரம் ... 77
ரசகர்ப்பூர பற்பம் ... 78

ல.

லோக செந்தூரம் ... 58

வ - வே

வல்லாரைச் சூரணம் ... 31
வல்லாரை நெய் ... 45
வங்க பற்பம் ... 66
வாதசுரக் குடிநீர் ... 71
வாதராட்சசம் ... 7
வாதகுடி நெய் ... 54
வில்வாதி தயிலம் ... 34
விழுதி குடிநெய் ... 52
வீரபத்திர கலிக்கம் ... 56
வெள்ளி பற்பம் ... 67
வெங்காரம், சிலாசத்து, கலைக்கொம்பு கல்நார் கூட்டு பற்பம் 69

ஆமப்பா கூடவிட்டுப் பொடிதான் செய்து
அப்பனே பரணிதனி லடைத்துக் கொண்டு
சேமப்பா பணவெடைதான் தேனிற் கொள்ளத்
தீராத சன்னியென்ற மூலந் தீரும்
வேமப்பா தோஷமென்ற தேழுந் தீரும்
வெருளாதே சேத்துமநோய் தொண்ணூற்றுறும்
வாமப்பா கீழ்நோக்கி வலியுந் தேகம்
வளமான தேவியைநீ தியானஞ் செய்யே. (361)

செய்யவே பூரணசந் திரோதய மென்றால்
திடுக்கிடுமே சுரமென்ற தறுபத்து நாலும்
கையவே காசமெட்டுங் கடலே புக்கும்
கனமான மேகநோ யிருபத் தொன்றும்
பையவே பிரமியங்க ளகன்று போகும
பாரப்பா தேகமது சிவந்து மின்னும்
வையவே வருடமொன்று பணவெடைதான் கொள்ள
மகத்தான தேகமது சந்திரன்போ லாமே. (362)

ஆமப்பா கோங்கின்பூ சூரணமே செய்து
அப்பனே பூரணசந் திரோதயம் வைத்து
நாமப்பா மண்டலந்தான் மூன்று சென்றால்
நலமான தேகமோ வருணன் போலாம்
போமப்பா சரஸ்வதிதா னிருத்தஞ் செய்வாள்
புகழான சுயமெல்லாம் பாடலாங்கேள்
காமப்பா விறுகுமடா சையோ கத்தில்
கருவான விந்துவது வீழா தென்னே. (363)

என்னவே பத்தியந்தான் பாலுஞ் சோறும்
இதமான வாவினெய் சிறுகீரை யாகும்
பன்னவே பொன்னுங்காணி புளியாரை யாகும்
பக்குவமாம் வண்டையுடன் பீர்க்குமாகும்
கன்னலே மிளகுசீ ரகமுமாகும்
கறியென்றால் முள்ளிதூ துளையுமாகும்
தன்னவே பருப்புக்குள் பாசிப் பயறுமாகும
தளமான சந்தனுதி தயில முழுகே. (364)

முழுகவே வியாதியெல்லாங் கடலே புக்கும்
முக்கியமா யகத்தியற்குச் செபந்தான் பண்ணு
நெகிழவே தியானமது நிலையாய்ப் பண்ணு
நேராகத் தேவியைத்தான் தியானம் பண்ணு
திகழவே சிவன்தனையே பூசைபண்ணு
தீராத வியாதியெல்லாந் தவறுண்டேபோம்
மகிழவே வயித்தியமிவ் வகையாய்ச் செய்தால்
வையகத்தி லீசனவ னுவான் முற்றே. (365)

வைத்தியரத்தினச்சுருக்கம் முற்றிற்று.

அருஞ்சொல் விளக்கவுரை

அ. ஓ.

அசனம் - உணவு
அத்தி - எலும்பு
அத்தித்திப்பிலி - யானைத்திப்பிலி அல்லது பெருந்திப்பிலி
அரத்தை இரண்டு - சிற்றரத்தை பேரரத்தை
அறுகு - அறுகம்புல்
அன்னம் - சோறு
ஆகம் - உடம்பு
ஆதித்தன் - சூரியன்
ஆத்துமம் - உயிர்
ஆனந்தமூலி - கஞ்சா
இரவி - சூரியன்
இருசீரகம் - சீரகம், கருஞ்சீரகம்
உசிலின்பட்டை - சீக்கராம்பட்டை
எரிச்சல் - வெங்காரம்
ஓமமிரண்டு - ஓமம், குரோசாணிஓமம்

க. கோ.

கடைவன்னிக்கர்ப்பம் - இலிங்கம்
கந்தம் - சந்தனம்
கன்னல் - கரும்பு
காட்டெருமைப்பால், காட்டெருவைப்பால் - கூகைநீற்றுப் பால்
காணிச்சாறு - கரிசலாங்கண்ணிச்சாறு
காயம் - உடம்பு
காராவின்பால் - கறுப்புப்பசுவின்பால்
கீழ்நாடன் - கீழ்வாய்நெல்லி
கூற்றன் - எமன்
கொமட்டி - கொமட்டிநாரத்தை

ச. சோ.

சத்தி - வாந்தி
சரபுங்கம் - முட்காய்வேளை
சிங்கி - கடுக்காய்ப்பூ
சிலை - மனோசிலை
சிவப்பு - இலிங்கம்
சிற்றுமல்லி - வெதுப்படக்கி
சொன்னநற்குறி - பேச்சொலி
சோகி - பலகரை
சோடசத்திலொன்று - பதினாறிலொன்று

த. தே.

திங்கள் - மாதம்
திமிதம் - வன்மை
தீமுருகல் - தீமுருகல் பாஷாணம்
தீக்ஷணம் - இலிங்கம்
துராலபை - சிறுகாஞ்சோறி
தேசிப்பால் - கழுதைப்பால்

ந. நீ.

நறுக்குமூலம் - திப்பிலிக்கட்டை
நாகணம் - நகம்
நாவல் - நாவற்பட்டை
நாற்றம் - கந்தகம்
நிம்பக்காய் - எலுமிச்சங்காய்
நிம்பவித்து - வேப்பம்விரை
நீர்த்தோடம் - சுவேதஜிம்மகதோடம்

ப. போ.

படி - படிகாரம்
பலா - சிற்றுமுட்டி

பாஷாணம் - வெள்ளைப்பாஷாணம்
பிடரி - பின்கழுத்து
பிளக்குதல் - சிதைத்தல்
பூலாமூலம் - கிச்சிலிக்கிழங்கு
பேதித்து - மாறி
பேராமல்லி - கஞ்சாங்கோரை
பொரி - வெங்காரம்
பொரிச்சல் - பெருங்காயம்
போத்து - ஆண்மயில்

ம. மே.

மஞ்ஞை - மயில்
மது - தேன்
மதுஸ்மிகி - பரங்கிச்சக்கை
மரத்துவெள்ளை - வெள்ளைக்குங்குலியம்
மல்லி - கொத்துமல்லி
மாலை - காமாலை
முச்சீரகம் - சீரகம், கருஞ்சீரகம், காட்டுச்சீரகம்
முன்னோர் - நோயாளிகள்
மூலம் - சித்திரமூலம்
மெருகு - மெருகங்கிழங்கு
மேதித்தயிர் - எருமைத்தயிர்
மேஷப்பால் - வெள்ளாட்டுப்பால்

யா.

யாத்திரைநாடி - சாநாடி

லா.

லாட்சா - கொம்பரக்கு

வா. வே.

வாணுள் - ஆயுள்
வேந்தன் - இரசம்
வேந்தனதுபட்டை - அரசம்பட்டை
வேலி - கொடிவேலி

பக்கம்	வரி	பிழை	திருத்தம்
6	2	ஆவணிக்கு	ஆவணிக்கும்
10	3	கொடுக்கால்	கொடுத்தால்
15	23	சிவக்கலாக்சே	சிவக்கலாச்சே
21	24	யெட்டோன்ருய்	யெட்டொன்ருய்
42	26	விலைக்கள்னி	விலைக்கள்ளி
49	25	தாமபபா	தாமப்பா
68	27	கூட்டித்	கூட்டிக்
70	15	பளைம்	பவளம்
72	10	இருபத்தோர்	இருபத்தோர்
73	32	நீர்ததோஷம்	நீர்த்தோஷம்
76	35	ரவியுலர்ததி	ரவியுலர்த்தி
79	27	கூடடி	கூட்டி
80	10	மரல்தேவி	மால்தேவி
3	27	திமிர்ந்து	நிமிர்ந்து
10	6	திரிரி	திரி
19	30	லவுங்க	லவங்க
24	31	வறுப்பாப்ச்	வறுப்பாய்ச்
63	19	கோண்டு	கொண்டு
74	2	சொன்னேங்	சொன்னேன்
56	22	252	253
56	31	253	254

தேள்

தன்னுகத் தாலேதுத் தன்னுகம் பந்திக்கும்
மன்னுக வாதத்தை மாட்டுமே—பின்னும்
பெறுபதஞ்சே னுபதிக்குப் பிந்தாம லீயுந்
தெறுபதமா கும்பெரிய தேள். (111)

கமடம்

காயத்தி லேபிறந்த காயத்தைப் போக்கிமிக
மாயத்தைப் போலே மயக்குதலா—லோயா
அமுதவல்லி யுப்புடனே யாக்கி யமையான
கமடமெனு மாமையதி கம். (112)

பன்றிநெய்

வாளியைப்போ லாருநோய் மாவினத்தின் மேலேநீ
நாளு மதனு னயமுண்டாங்—கேளிதனை
மெய்நடுங்கப் பண்ணுநரர் மெய்யிற் குடியிருக்கும்
எய்நிணத்தை நெய்யாக்கி யெய். (113)

கோலக்கூட்டு

தேனினுரைத் திட்டாற் றினவடங்கும் புண்ணகனு
மூனி னுதிர மூாக்குமே—கானுறுமங்
கோலக் கனிரசத்திற் கூடமதி யூறவைத்த
கோலத்தின் கானகத்தைக் கொண்டு. (114)

நாகப் பெருமை

என்னவென்று சொல்வே னெதிரானல் வைகறையில்
மன்னவர்கண் டங்கே மகிழ்வார்கள்—பின்னுமகா
வல்லமைபுண் டாக வழங்குமே வாகடர்க்கும்
நல்லநா கப்பெருமை நான். (115)

மருத்துப்பு

கானுமுன்னே விட்டுக் கதலுமெய்யைக் கானுயா
லாணவமாய்ப் பின்னு மதிகமா—மூணுறவு
செய்யும் புளியைச் சிநேகிக்கு மெள்ளநள்ளும்
பையுளெனு நோய்மருத்துப் பை. (116)

கச்சோதம்

வர்க்கமெல்லாங் கட்ட வலிமை யுடைத்தாகும்
பொற்கடம்போற் றேகத்தைப் போஷிக்குந்—தர்க்கமெனப்
பிச்சோதம் போலும் பிணிகளையெல் லாமறுக்குங்
கச்சோதம் பாஷாணக் கல். (117)

நண்டின்கல்

தன்னைப் பொடிசெய்து சாரச்சாற் றுலரைத்துப்
புன்னைச் செதிள்பொடியும் போட்டரைத்துப்—பின்னுருட்டி
நற்கலிக்க மாக்கியிட னாடாது சந்நிபிணி
கற்கடக மானநண்டின் கல். (118)

நந்து பற்பம்

மெய்யாள ராக மெலிவிக்குங் காசமறும்
மெய்யா யதனை விளம்புவேன்—பொய்யாது
தந்தி யிலைரசத்தாற் றுவளமாங் தேனிலுணில்
நந்துடைய பற்பத்தால் நை. (119)

முத்துச் சுண்ணம்

நீரிலுண வாதமறு நெய்யிலுண வெம்மையறும்
மோரிலுணப் பித்த முரியுமே — சாரணைவேர்
குப்பிநடு வைத்துக் குறியாக வட்டமுறை
இப்பிமுத்துச் சுண்ணத்தை யே. (120)

பாஷாணம்

அடலையாய் மாத்திரையா யாக்கியவம் பாலே
விடலைநிகர் பண்டிதர்கள் வெல்ல — வுடல்வனத்திற்
கொல்வதுபோ லாயுள்மறை கூறுகின்ற பாஷாண
வில்சுரப்பு ளெய்வதற்கு வில். (121)

காமவல்லி

மாறு மருந்தீடு மாறும் பயித்தியம்போம்
ஆறு ரணங்களெல்லா மாறுமே — நீருகத்
தாமரைநீர் போலுடலிற் றட்டாது நோய்களெல்லாங்
காமவல்லி யென்றுரைத்தக் கால். (122)

காந்திமெய்

தீபாகி யெங்குந் திரியுமதை யாவற்றும்
ஓயாம லெப்படியு முண்டக்காற்—பாயாது
போந்திமிர்வா தங்கிரந்தி புண்ணீர மண்ணவர்க்குக்
காந்திமெய்வா தச்சலுப்பைக் காய். (123)

பற்றறுத்துப் பின்னுமெட்டிப் பாராமற் சாதிக்குங்
குற்ற மிராமற் குறுக்குமே — வெற்றறலி
ஞமிடரா லூறி யடர்பிணிக்குங் கூற்றுவனும்
ஏமினிசன் னிப்பிணியை யே. (124)

மேகம்போக

கொன்று விடமனதாய்க் கோபஞ் செயுமுடலை
மென்று விடுமதிக மிஞ்சினு—லென்றைக்குங்
காந்தி தனைப்பெருக்குங் காட்டாது மேகத்தை
யீந்துபிர தானிதனை யே. (125)

நரைதிரை நீங்க

பங்குக் கரைவாசி பாலிட் டதிலவித்துச்
சங்கம் பழக்கனிநீர் சார்பாகப்—பொங்கி
வருமுனெண்ணெ யட்டாடில் வாராநரை யென்றும்
நரைதிரையில் லான்சினையை நால். (126)

நாவல்விரை

வார்த்தெரித்தா லெண்ணெய் வருமதனில் வால்மிளகை
யார்த்துப் பொடிசெய் ததிற்றாவிப்—பார்த்தெரித்து
நேரா மதிமுழுக நீங்கு நரைதிரைகள்
நேரடியா நாவல்வித்தை நீர். (127)

அழிஞ்சில்விரை

இல்லாமல் மத்தித் திரட்டிப்பு நீர்விட்டு
நல்லா யெரிக்கவெண்ணெய் நாடுமே—பல்லசதி
யுங்கா லசதியும்போ முண்ண வதைமாவில்
அங்கோல வித்தையை யம். (128

குசைவேர்க்குடிநீர். குசை—தர்ப்பை

கைகா லெரிவு கசிவுவெயர் வெப்போதும்
வைகா லசிய மடிவாதம்—மைகா
சசதி யிவைநீங்கி யாகவென்று லின்பங்
குசைவேர்க் குடிநீர் குடி. (129)

மஞ்சள் வேர்

உண்டவெறிப் பித்த முயர்ந்ததனுற் ரேஷசன்னி
கண்டு மனது கலங்கியே—மண்டையிலும்
பாஞ்சதுமீ ளுங்காண் பருகினு லக்கணமே
காஞ்சனிவேர் காய்குசநீர் கள். (130)

காளகண்டமுட்டை. காளகண்டம்—குயில்

ஆகியபா ஷாண மனைத்தும் வசமாகித்
தேகஞ் சுரத்தணலாற் றீஞ்சவர்க்கு—வாகாக
நாளுமிகப் போஷிக்கு நன்மை மிகவுதவுங்
காளகண்ட முட்டையினுற் கல். (131)

பாக்கிய மாக்கும் பலமாக்கும் கெட்டதையும்
யோக்கிய மாக்கு முயர்ப்பிக்கும்—ஆக்கமென்றுந்
தேவென்று நன்மைத் திறமென்றுஞ் சீரென்றும்
மாவென்று வந்த பெருமை. (132)

நாணுவான்—நாகணவாய்ப்புள்

தன்னைப் பெருக்கச் சவீரத்தைக் காண்பிக்கும்
பொன்னைப்போற் றேகத்தைப் போஷிக்கும்—வன்னமிகக்
காணு முறைமைகளைக் காண்பிக்குந் தப்பாது
நாணுவான் முட்டைவா ணுள். (133)

நாகவல்லிக்கூட்டு. நாகவல்லி—வெற்றிலை.

போகு மொருதலைநோய் போகுந் தலையிடிப்பு
போகுங் கபாலவலி போகுமே—நாகவல்லி
யோம மிளகரைத்த வுண்டையெண்ணெ யட்டாடிற்
காமரூ பிக்குரோ கம். (134)

முக்கடுகு குடிநீர்

கறிகாமன் சுக்குடனே காய்ச்சிக் குடிக்கப்
பிறிவான நோய்கள் பிணிகள்—அறுமேல்
வராது வலிமை வருந்தண்மை யுண்டாம்
அரோகிமுத லாஞ்செம்மை யாம். (135)

நோய்களெல்லா மப்பா னுகரப் பசியுண்டாஞ்
சேய்களென்னச் செல்வஞ் செருக்குமே—காய்கிழங்கு
மூணுக்குங் கல்லு மொருநாழி கைக்குளறுங்
கீணுக்கி யாலாகுங் கீழ். (136)

தேகத்தி லுண்டாந் திமிர்கடிநோய் வாதமெல்லாம்
போகக் குருதியுண்டு போக்குதலாற்—றேகஞ்
சுளுவு பெறவினிது தோற்றுவித்த லாலே
நளுவா லுண் டாகு நயம். (137)

பிரமிக்கலவை

மாதர் பொறையுயிர்ப்பால் வந்த நலிசன்னி
யாது மகலு மனுதினமுஞ்—சீதை
பிரமி யிலைரசத்திற் பெந்தமாய்ச் சேர்ந்த
கரமூத்தி ரப்புட்டை கள். (138)

வர்ச்சப்புழுக்கைப்பக்குவத் தயிலம்

பட்டை ரசத்திற் பகலெல்லா மூறவைத்துப்
புட்டுபோ னன்ருய்ப் பொடிசெய்து—சட்டியெரி
யிற்செய் தயில மிறக்கியுண வுப்புசம்போம்
வற்சப் புழுக்கைநா வல். (139)

சிவல் எருக்கூட்டு. சிவல்—கவுதாரி.

குங்குமப் பூவையுந்தக் கோலத் தையுமரைத்துச்
சங்கிலைநீர் விட்டுருட்டித் தண்ணீரில்—நுங்க
முடமாறுந் தேனிலுண மூத்திரநோய் தீரும்
உடனே சிவலெருவை யும். (140

வெளில்பக்குவம். வெளில்—அணில்.

தன்னி லருதபிணி தானறுமெய் நன்ருகும்
வன்னி யெனப்பசித்தீ வாய்க்குமே—புன்னைத்
தளிர்கறியால் மத்தித்தத் தண்ணீரா லுண்டால்
வெளிலெச்சத் தாலகனு மெய். (141)

பாலையிலை

வெய்யில் பனிகாற்று மேவாம லோவாது
செய்ய வரிசை சிறத்தலாற்—கையுணர்வாய்
மேலு முறையுளன மேவுதலால் வாய்சிறுத்த
பாலையிலை யேயவிழ்தம் பண். (142)

முசுட்டை

ஓர்வரிசை நாண்முழுது மூறவைத்த பின்முசுட்டை
நீர்வழியு மப்படியே நீங்கியபின்—மோர்சேர்
கணிவாகி யுப்பஞ்சுங் கட்டவென்ருற் சொன்னேன்
முனிவா யுமிழ்நீரில் முன். (143)

பணிவயிரி மாத்திரை. பணிவயிரி—கருடன்கிழங்கு.

மூலத்தை யுங்கடுகு மூன்றையுமொக் கப்பொடித்துப்
பாலிட் டரைத்துப் பயறுபோ—லேலு
மணிபாம்பு தேள்விடங்கள் மாறவுண மேற்பூசப்
பணிவயிரி யின்பெருமை பார். (144)

பெருநாரை

கற்பமா னுடலைக் காத்திடலாற் காவானல்
நற்பெருமை யாவருக்கு நல்குதலாற்—கல்பம்
விதாதா வெனவிருக்க மேற்செயலா னீர்வாழ்
பிதாவே யுயிர்க்குப் பிதா, (145)

முயல்

மீதுவளர் கேசத்தால் வெண்பொடியி னூற்குளிகை
யாதுந் தனதுவச மெய்துமே—யீதுமன்றி
யுண்மேக நோயுடல்விட் டோடுமே நாடோறும்
விண்மேக நீருணியின் மெய். (146)

வெருளிமண்

கொண்டுவந்து வெள்ளாட்டுக் கோமயத்தி லூறவைத்து
ரெண்டுதிர மரைத்து நேர்த்தியா—யுண்டைசெய்து
கோவை யிலைரசத்தாற் கொள்செம்பூ ரக்கடிபோம்
மாவின் னிறைவெருளி மண். (147)

தென்னை, பனை, ஈந்து

தன்னி லதரத் தடிப்பு மிரணமும்போம்
தென்னைபனை யீந்தில்முதற் சேத்துமம்போம்—பின்னதனிற்
காரகம்போம் வாதமறுங் காசமறும் பின்னதனில்
வாரணையால் மேகமறும் வாய். (148)

கிரியெச்சப்பக்குவம்

தெத்த விடறல் திடறலொடு குளறல்
அத்தனையும் போமே யதிமதுரங்—தத்தம்
தகரைரசத் தாலரைத்துத் தானதைத்தே னிற்கொள்
நகுலத்தி னெச்சத்தால் நா. (149)

தாமரை நூல் கூட்டு

மேகமெங்கே வெட்டையெங்கே வெள்ளை கருமையெங்கே
போகுமோர் தாமரைநூல் பூநீறு—பாகமெனச்
சேர்க்குமுத லக்காரந் தின்னப் புளியைவிட்டே
யார்க்குவ தப்பிசினி யால். (150)

கோவை

சத்துருக்க ளைக்கொண்டு சாடாமற் சாடவென்றால்
நித்தியமுந் தின்று நிலைமையாய்—மித்திரனார்
விம்பத்தைப் போலே விளங்கலாங் காய்முதலாம்
விம்பத்தி னூற்பிணியை வெல். (151)

ஆகப் பழகிவந்தா லாகத்து வீக்கமெல்லாம்
போகப் பிரிவு புரியுமே—தேகத்தை
மேவி வளர்நோயும் விட்டோடுங் கட்டோடே
வீவிம்ப பன்னகத்தை மெய். (152)

கரவீரம்

தன்னை யிமைபோலே தற்காத்துக் கொள்வதுமே
யென்னி லதுவே யிசமாளும்—பின்னு
முரைசெய்வ தென்னவதே யுயர்நேத் திரமும்
கரவீர மத்தனையுங் கண். (153)

பாகு

காயத்தைப் போஷித்துக் கற்பாந் தரமாக்கி
நேயத்தை நாளு நிறுத்துமே—நோயெய்த்தே
யேகு முறைமெய் யிளைப்பை யகற்றுதலாற்
பாகு செயுஞ்சமத்துப் பார் (154)

கேதகை

பஞ்ச லவணங்கள் பந்திக்கத் தான்முதலா
யெஞ்ச வுடனே யினையடக்கி—மிஞ்சுமண
மாதலினு னஞ்சையுடை யாரையுமுள் ளாக்குதலாற்
கேதகையின் பாக்கியத்தைக் கேள் (155)

மூங்கில்

தாணுவாய்த் தாணுவுக்குத் தாயாய்மா லைக்கடிந்து
காணுமுன்னுப் பத்தனையுங் கட்டியே—யூணுய்
வளரு முயிர்நிலைக்கு வாய்த்த துணையாங்
கிளையென்று வந்தமூங் கில். (156)

தன்னைப் புனிதமெனத் தானுக்கும் பீசத்தாற்
பின்னப் படுத்தாது பேய்ப்புடனும்—பொன்னும்
உவள்வித்து மாங்குடிநீ ரோதுமுத லோடு
கவர்கிருமி போக்கியாக் கை. (157)

போலே யிருந்து புடத்துக் கிடமாகி
மேலே நறுமலர்க்கு வீடாத—லாலே
யசதிதரு தாக மடங்கத் தணிக்குங்
கிசலையங் கற்பங்களுங்கேள். (158)

தாதகி

எப்படியு மேலே யிருடிகள்சித் தாதிகள்சொல்
ஒப்பின் மறைமுறைமை யுண்மையே—தப்பலமெய்
மேதினிமே லேயாயுள் வேதியரா லோதுகிற
தாதகியாற் கட்டுமிர தம். (159)

மூங்கில் வேர்

கையசந்து மேல்மூச்சு காலுப் புசவாதப்
பையுளெலாந் தூரப் பறக்குமே—மையமிலே
வேயி னடிவேரை விட்டரைத்து மோருடனுண்
சாயி னிரதத்தாற் றுன். (160)

தேவி புரமிளகு திப்பிலியும் துப்புநிறை
மேவ வரைத்ததற்கு மேலுருட்டி—யாவினெய்நீர்
ஈதிலுண வெம்மைகப மேகு மடாதுபுளி
மாதவியின் போதிரதம் வார். (161)

கண்ணுகங் கைகால் கனலப் பயித்தியத்தாற்
புண்ணுக வெம்பிப் புலம்புவீர்—தண்ணுகி
வாழவுயிர் வேண்டுதிரேல் வால்மிளகே லங்கலந்த
வேழரச மருந்து வீர். (162)

நோயா லசந்து நுடங்கித் திரிவாருக்
காயாச நீங்கி யழகாகி—யோயாமல்
நைவன மாகாதுடல நாளு மிருக்கவென்றுல்
ஐவணமா நேர்த்தியை யா. (163)

வாய்த்த வுடற்குளத்தில் மன்னுங் கொடிகளற
நோய்த்தா மரையை நொறுக்குமே—தேய்த்தவுண்டை
யாகமிள குப்புடனெய் யாலரைத்து நீரிலுணப்
பூகமத கரியைப் போல். (164)

செய்து துரத்தத் தினமு முடற்கழகு
பெய்து நலத்தைப் பெருக்குமே—நெய்கறியை
வீசும் படிகருணை வீதமா யுண்டுவரப்
பூசம் பிணிகளுடன் போர். (165)

நேரிட் டவர்க்கிளைப்பை நீக்கிப் பிணியிபத்தை
வீரிட் டலற விரட்டுமே— சீரிட்ட
வாசமலரின் மணத்தாற் குணத்தோடே
கேசரமென் றேுதியம கிழ். (166)

வாதபித்த சேத்தும மாதங்கம் பங்கமுற
மோதி யடித்து முனியுமே—சாதகமாம்
வேகமிக வேயாயுள் வேதியர்க ளாலனுப்புங்
காகதுண்ட மாகியசிங் கம். (167)